



# Institut für Phänopraxie

Philosophie für die tägliche Praxis



## Wir verstehen uns! Kommunikation und Konfliktmanagement

Ein 5-tägiges Intensivseminar für Menschen, die mit Menschen arbeiten

*Termin: 12.10.2026 – 16.10.2026, jeweils 9-16 h, Ort: Mitinitiative e.V., Marktstr. 32, 65183 Wiesbaden*

### *Die Veranstaltung*

Menschsein ist durch Beziehungen geprägt – und Beziehungen werden in Kommunikation erlebbar im Beruf genauso wie im Privaten. In Kommunikation lernen wir andere Menschen kennen und entwickeln Beziehungen. Wenn wir mit jemandem gut kommunizieren können, können wir enge Bande knüpfen. Aber wenn die Kommunikation immer mehr als Konflikt erlebt wird, kann das zu einer Verschlechterung der Beziehung führen – bis hin zum Beziehungsabbruch. Die Unfähigkeit, in gute Kommunikation zu treten, kann die persönliche Entwicklung im Privaten und im Beruf deutlich beeinträchtigen.

In dem hier ausgeschriebenen Intensivseminar über Kommunikation und Konfliktmanagement werden Tools vorgestellt und eingeübt, das eine aktive und befriedigende Kommunikationsgestaltung in konfliktfreien und konfliktbehafteten Situationen im privaten und im beruflichen Alltag ermöglicht.

### *Bildungsurlaub*

Diese Veranstaltung ist nach dem Hessischen Gesetz über den Anspruch auf Bildungsurlaub sowie nach dem Bildungsfreistellungsgesetz des Landes Rheinland-Pfalz als Bildungsurlaub anerkannt. Auf Wunsch kann die Anerkennung in weiteren Bundesländern beantragt werden.

### *Lernziele*

In diesem Seminar wird Kommunikation als situatives Erlebnis bewusst gemacht, d.h.: Es wird erarbeitet und erlebt, welche verschiedenen Faktoren in kommunikativen Kontexten eine bedeutungstragende Rolle spielen und wie Verständnis gelingen kann. Weiterhin werden für den Fall, dass Verständnis nicht

gelingt, Methoden erarbeitet und geübt, wie Missverständnisse entdeckt und im besten Fall ausgeräumt werden können. Schließlich wird für den Fall, dass Kommunikation zu Konflikten führt, untersucht, wie mit Konflikten umgegangen werden kann – wobei als Varianten des Umgangs vielfältige Verhaltensweisen von Lösung bis Einhegung erörtert und geübt werden.

### **Inhalt**

- Bewusstheit von der eigenen Persönlichkeit entwickeln
  - Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen
  - Arbeit an inneren Bildern und Glaubenssätzen
  - Archetypenarbeit
- Modelle von Kommunikation und Konfliktmanagement, u.a.:
  - Philosophische und medientheoretische Hintergründe der Bedeutungsbildung
  - Johari-Fenster und Theorien von Feedback
  - Kommunikationsquadrat und Modell des Inneren Teams nach Friedemann Schulz von Thun
  - Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg
  - Konfliktstufen nach Friedrich Glasl
  - Transaktionsanalyse nach Eric Berne
  - Harvard-Modell, LEAF- und Sag-Es-Methode
- Selbsterlebnis in Kommunikation
  - Wie wirke ich auf andere?
  - Wie wirken andere auf mich?
  - Wie gestalte ich sprachlich meine Welt?
  - Wie gehe ich mit als schwierig erlebten Situationen um?
  - Wie mache ich mich verständlich?
- Gesellschaftspolitische Dimensionen von Kommunikation und Konfliktmanagement
  - Sprache als Herrschaftsinstrument
  - Kulturrelativität von Bedeutung
  - Gesellschaftlicher Umgang mit Konflikten

### **Die ReferentInnen**

- Wilma Fassmann, Gestalttherapeutin (DVG), Systemische Familien- und Paartherapeutin (GIF), Praxis für Gestalttherapie (Wiesbaden)
- Dr. Christian Rabanus, Philosoph (BV-PP), Gestalttherapeut (DVG), Supervisor und Erwachsenenbildner, Institut für PhänoPraxie (Wiesbaden)

### **Ihre Teilnahme**

Rückfragen zu der Veranstaltung beantworten gerne *Wilma Fassmann* (+49 611 844454, [wf@hp-wiesbaden.de](mailto:wf@hp-wiesbaden.de)) oder *Christian Rabanus* (+49 611 5828138, [info@phaenopraxie.de](mailto:info@phaenopraxie.de)). Für die verbindliche Anmeldung laden Sie bitte das Anmeldeformular unter <https://www.phaenopraxie.de/event/wir-verstehen-uns-kommunikation-und-konfliktmanagement-oktober-2026/> herunter und schicken es ausgefüllt und unterschrieben per E-Mail an [info@phaenopraxie.de](mailto:info@phaenopraxie.de), per Fax an +49 611 5828139 oder per Post an das *Institut für PhänoPraxie, Dr. Christian Rabanus, Schiersteiner Str. 26, 65187 Wiesbaden*.

### **Kosten**

450,00 €. Die Seminargebühr beinhaltet Kaffee, Erfrischungsgetränke und kleine Snacks, nicht aber Fahrtkosten, Verpflegung und Übernachtungskosten.